

# 香港航海學校

每週菜譜 : 2019年10月14日至10月20日

	早餐	午餐	晚餐	茶餐
星期一 14-10-2019	餐肉什豆通粉 墨西哥包 好立克	菜乾紅蘿蔔豬骨湯 南乳炆豬手 雲耳炸菜蒸滑雞 蒜茸炒菜 生果	菜乾紅蘿蔔豬骨湯 福建炒飯 豉椒肉片炒河 蒜茸炒菜	軟蛋糕 提子汁
星期二 15-10-2019	咸排骨皮蛋粥 糯米卷	粟米豆腐魚肚羹 牛扒拼雞下腿 洋蔥汁 黑椒汁 蒜茸炒菜 生果	紅蘿蔔薯仔南瓜豬骨湯 枝竹豆腐班球 蕃茄炒雞蛋 蒜茸炒菜	提子酥 檸檬紅茶
星期三 16-10-2019	牛丸湯米線 奶油椰絲包 美綠	霸王花豬骨湯 京都豬扒 茄子炆肉絲 蒜茸炒菜 生果	霸王花豬骨湯 西式炒飯 星州炒米 蒜茸炒菜	家社之夜 蒸燒賣 椒鹽牛丸 蘋果紅茶
星期四 17-10-2019	三絲炒油麵 吞拿魚包 朱古力	蕃薯香芋糖水 蒜茸炸雞肚 蒜茸汁 黑椒汁 蒜茸炒菜 生果	芥菜肉片咸蛋湯 咖喱炆排骨 麻婆豆腐 蒜茸炒菜	孖寶蛋糕 荔枝蜜
星期五 18-10-2019	魚蛋湯米粉 珍珠雞 提子汁	水運會		

\*\*備註：

1. 如需要特別安排膳食，如：粥、素菜等，請預早通知 BOS。
2. 在特別情況下，上述餐單如需修改，恕不另行通知。



陳少波

Prepared by :

Cook I/C

Checked by :

ABMC

**Distribution:**

P, AP(D&P), BMO, EMO, HOH(W), HOH(SL), HOH(S)

Admin Block, Teachers Block, HM Office, Kitchen(2), Dormitory Notice Board(3), Dining Hall Notice Board(1 Enlarge)